



給食だより R元年9月

森町学校給食センター



月	火	水	木	金																			
2 ごはん・牛乳 ハヤシライス 黄 ジャガイモ 赤 ぶた肉・脱脂粉乳・いんげんまめ 緑 玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・トマトピューレ えだまめ 緑 えだまめ 	3 ソフトドリンク・牛乳 くりシチュー 黄 くり 赤 牛乳・いんげんまめ 緑 玉ねぎ・ほくさい・にんじん アンサンブルエッグ 黄 ポテトフライ・さとう・てんぷん・油 赤 たまご・チーズ・牛乳・ベーコン 緑 玉ねぎ フルーツしらたま 黄 カラフルしらたま 赤 パイン・もも・バナナ	4 ごはん・牛乳 たまごスープ 黄 マロニー 赤 たまご・とうふ 緑 ほうれん草・にんじん・長ネギ・しめじ なっとう 赤 大豆  こんぶのいためもの 黄 コマ・油・さとう 赤 昆布・ぶた肉・さつまあげ 緑 つきこん・にんじん	5 あんかけやきそば・牛乳 黄 めん・油・コマ油・てんぷん 赤 ぶた肉・うずら卵・イカ・えび 緑 玉ねぎ・ほくさい・もやし・だけのこ・チンゲン菜・にんじん・干しいたけ わかどりのピカタ 黄 パン粉・さとう・油・小麦粉・てんぷん 赤 とり肉・たまご・チーズ 緑 ハセリ りんご 緑 りんご <div style="border: 1px solid blue; padding: 2px; text-align: center; color: blue;">9月13日は十五夜</div>	6 ごはん・牛乳 みそしる 赤 油あげ 緑 キャベツ メンチカツ 黄 パン粉・てんぷん・さとう・小麦粉・油 赤 とり肉・ぶた肉 緑 玉ねぎ ほうれん草とえのきのあえもの 赤 のり 緑 ほうれん草・えのき																			
9 ごはん・牛乳 みそしる 赤 とうふ・油あげ 緑 こまつな ぶた肉のステーキ 赤 ぶた肉 緑 にんにく マロニーサラダ 黄 マロニー・さとう・ゴマ油・ゴマ 赤 ハム 緑 きゅうり・にんじん・コーン 	10 コロケバーガー・牛乳 黄 小麦粉・バター・ゴマ・ジャガイモ・パン粉・油 赤 脱脂粉乳・たまご・牛肉 緑 玉ねぎ・にんじん・しょうが・にんにく コーンポタージュ 赤 牛乳・いんげんまめ 緑 玉ねぎ・コーン 梨 緑 なし(くだもの)  <div style="border: 1px solid pink; padding: 2px; text-align: center;">バックソースがつきます</div>	11 ぶたどん・牛乳 黄 ごめ・ゴマ 赤 ぶた肉 緑 玉ねぎ・キャベツ・しらたき・にんじん みそしる 緑 だいこん・なめこ ヨーグルト 黄 さとう 赤 脱脂粉乳・全粉乳 	12 ナポリタン・牛乳 黄 スパゲティ・油 赤 ハム 緑 玉ねぎ・ピーマン・にんじん チキンナゲット (幼・小/低・中:2コ 小/高・中:3コ) 黄 小麦粉・てんぷん・油 赤 とり肉・おから ブロッコリーのごまサラダ 黄 こまドレッシング 緑 ブロッコリー・きゅうり・キャベツ・にんじん・コーン	13 まいたけごはん・牛乳 黄 米・さとう・油 赤 とり肉・油あげ 緑 まいたけ・ごぼう・にんじん かぼちゃだんごじる 赤 とり肉・油あげ 緑 かぼちゃもち・にんじん・だいこん・ごぼう うさぎがたハンバーグ 黄 さとう 赤 とり肉・ぶた肉 緑 玉ねぎ・にんにく・しょうが おつきみだいふく 黄 さとう・さつまいも 赤 いんげん豆・とうりゅう 																			
けいろうの日 	17 ナン・牛乳 キーマカレー 赤 ぶた肉・大豆・脱脂粉乳・いんげんまめ 緑 玉ねぎ・にんじん・トマト・りんご ジャーマンポテト 黄 ジャガイモ・油 赤 ベーコン 緑 玉ねぎ・パセリ ミルクデザート 赤 牛乳 緑 マンゴーピューレ・パイン・もも・りんご	18 ごはん・牛乳 みそしる 赤 とうふ・わかめ あつやきたまご 黄 さとう・油 赤 たまご 肉じゃが 黄 ジャガイモ・さとう 赤 ぶた肉 緑 玉ねぎ・しらたき・にんじん・いんげん	19 なめこうどん・牛乳 黄 うどん 赤 なると・とり肉・油あげ 緑 なめこ・長ネギ・ほろだけ・うわばみそう・せんまい・ほうれん草・えのきだけ だいがくいも 黄 さつまいも・油・ゴマ・さとう はくさいのしらすあえ 赤 しらす 緑 はくさい	20 ごはん・牛乳 さつまじる 黄 さつまいも 赤 とうふ・とり肉 緑 にんじん・ごぼう・長ねぎ・つきこん さばのみそに 黄 さとう 赤 サバ ブロッコリーのおかかあえ 赤 かつおぶし 緑 ブロッコリー																			
しゅうぶんの日 	24 ビスキュイパン・牛乳 黄 小麦粉・バター・さとう・アーモンドプードル 赤 たまご・脱脂粉乳 ポトフ 黄 ジャガイモ 赤 ベーコン 緑 玉ねぎ・キャベツ・にんじん たまごまきウィンナー 黄 さとう 赤 たまご・ウィンナー フルーツゼリー (ピーチ) 緑 もも・パイン・りんご	25 ごはん・牛乳 とんじる 黄 ジャガイモ 赤 ぶた肉・さとう 緑 にんじん・ごぼう・長ネギ・玉ねぎ・つきこん・だいこん ホッケのいそベカツ 黄 油・ゴマ・小麦粉 赤 ホッケ・青のり きりぼしだいこん 黄 さとう・ゴマ 赤 さつまあげ 緑 だいこん・にんじん・つきこん	26 とり白湯ラーメン・牛乳 黄 ラーメン・ゴマ 赤 なると 緑 もやし・ほくさい・コーン・ほうれん草 はるまき 黄 はるさめ・小麦粉・油 赤 ぶた肉・ひじき 緑 キャベツ・玉ねぎ・長ネギ・にんじん・しょうが フルーツあんじん 黄 杏仁豆腐 緑 パイン・みかん・もも	27 ごはん・牛乳 みそしる (かきたま) 赤 たまご・とうふ・油あげ 緑 にんじん・ごぼう・こまつな わかどりのゴマ तरीやき 黄 ゴマ・さとう 赤 とり肉 きんぴらごぼう 黄 ゴマ・ゴマ油・さとう 赤 さつまあげ 緑 ごぼう・にんじん・れんこん																			
30 ごはん・牛乳 チキンカレー 黄 ジャガイモ・油 赤 とり肉・牛乳・いんげんまめ 緑 玉ねぎ・にんじん・りんご・にんにく かいそうサラダ 黄 ドレッシング 赤 かいそうミックス 緑 キャベツ・コーン・きゅうり 	◆◆ 9月の給食目標 ◆◆ 小学校：みんなで協力して楽しい食事をしよう！ 中学校：ふれあいを深め和やかな給食時間にしよう！ <div style="border: 2px solid red; padding: 10px; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p style="text-align: center;">給食当番などの役割を確認し、協力して給食準備をしましょう！</p> <p style="text-align: center;">食事中も会話に気をつけて、楽しい給食時間にしましょう！</p> </div>			森町のきんりん(おしまひやま管内)でとれる食材の活用よてい ○米(森町) ○たまご(森町) ○りんご(七飯町) ○じゃがいも(厚沢部町) ※気候の関係で、変わることもあります。 ●食材の都合により、献立の一部を変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。	9月の平均栄養摂取量 <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>エネルギー(キロカロリー)</th> <th>たんぱく質(グラム)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>幼稚園</td> <td>504</td> <td>19.3</td> </tr> <tr> <td>小学校1・2学年</td> <td>551</td> <td>21.4</td> </tr> <tr> <td>小学校3・4学年</td> <td>655</td> <td>24.6</td> </tr> <tr> <td>小学校5・6学年</td> <td>759</td> <td>27.9</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>826</td> <td>30.1</td> </tr> </tbody> </table> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> 今年度より摂取基準に合わせた給食を提供いたします。 </div>		エネルギー(キロカロリー)	たんぱく質(グラム)	幼稚園	504	19.3	小学校1・2学年	551	21.4	小学校3・4学年	655	24.6	小学校5・6学年	759	27.9	中学校	826	30.1
	エネルギー(キロカロリー)	たんぱく質(グラム)																					
幼稚園	504	19.3																					
小学校1・2学年	551	21.4																					
小学校3・4学年	655	24.6																					
小学校5・6学年	759	27.9																					
中学校	826	30.1																					

※学校給食費は、1ヵ月あたり幼稚園児で1,240円・小学生で1,520円・中学生で1,600円、森町より子育て支援策として助成されております。

また、学校給食の食材は、保護者の皆さんが毎月納入されます給食費によってまかなわれています。必ずその月の納入期限日(25日)までに納入されますようご協力よろしく申し上げます。